

健康情報誌

BISHIN

ビ
シ
ン

TAKE FREE

ご自由
にお持
ち
くだ
さい

季刊

2022 Vol.142

秋号

Features | 特集 |

婦人科の病気・治療について
経膈エコーの有効性

メディカルフィットネス&スパ ヴアレオプロ
マシン&浴室 オールリニューアル

[理事長あいさつ]

コロナを正しく理解し、
いたずらに恐れない



美心会マークの由来

美心会の「心」がモチーフです。
3つの楕円は、保健・医療・福祉、同時に過去・現在・未来
も表しています。現状を打破して新しい未来に向かおうと
する上昇志向を「ブレイクスルー」を表現したマークです。

病院機能評価認定
ISO9001:2008認証取得
プライバシーマーク認定取得
人間ドック・健診施設機能評価認定
働きやすい病院評価認定
健康経営優良法人2022 ホワイト500

美心会 検索 <https://www.bishinkai.or.jp>

コロナを正しく理解し、 いたずらに恐れない



新型コロナウイルスの感染拡大が続いています。第7波は本年7月から始まり、予想を大きく上回る大流行となつて
います。

ここまで大流行しているのは、日本では6月までに新型コロナウイルスに感染し、免疫を獲得した人が少なかったからだと言われています。本年2月に国立感染症研究所がおこなった調査では、日本での感染免疫（新型コロナウイルスに罹ったことがあり、体内に抗体が出来た人）はわずか4・3%でした。新型コロナウイルスに対する免疫を獲得するには、ワクチンを接種することで、自然免疫と獲得免疫を活性化させることが最も重要です。また、抗体の正体は「免疫グロブリン」というタンパク質です。これが我々の体内に作られることが重要です。毎日タンパク質をしっかりと摂りましょう。

感染症法では、感染症はその危険性などに応じて1～5類に分類され、新型コロナウイルスは「2類相当」の「新型インフルエンザ等感染症」に位置付けられています。2類には他に結核やSARS（重症急性呼吸器症候群）などがあります。5類には季節性インフルエンザや梅毒等があり、就業制限や入院勧告は必要ありません。つまり発症の届け出も緩やかでよいとされています。実際、WHOによれば新型コロナウイルス感染者の81%は軽症であり、重い肺炎や呼吸困難などの重症の人は14%、命にかかわる重篤な症状は5%のようです。

今、多くの人が恐れていることの1つは、自分や自分の大

切な人達が重症のグループに入ってしまったらどうしようということだと思っています。感染しても無症状か軽症の人がほとんどなのはどうか？また一方で、なぜ重症化し亡くなってしまう人がいるのでしょうか？

その答えは、この新型コロナウイルスは各個人の持つ免疫力（病気への抵抗力）の影響が強いということです。新型コロナウイルスは無差別に人を重症化に陥れているのではなく、免疫力の強い人には手出しが出来ないウイルスだということです。そして、免疫力はその日の体調にも影響されます。つまり睡眠・運動・メンタルの状態によって影響されるのです。

新型コロナウイルスの大流行から今我々が学ぶべきことは「食習慣をはじめとした日頃の習慣を見直すチャンス」であるということではないでしょうか。



医療法人社団美心会
理事長 黒澤 功

ロシアの他の国々に逃げていく姿が放送され、その中には小学生くらいの子供が一人で何百キロも歩いて逃げるという姿もありました。戦争の恐ろしさが現実となつてしましました。

当院では8月の職員研修会にて、ウクライナ出身で民族楽器バンドウラ奏者のカテリーナさんによる演奏会を開催しました。感動と同時にカテリーナさんの言葉の中にあつた「戦争は続いています。終わっていません」「私は自分の国に住み続けたいだけです」「祖国を失いたくないのです」と悲痛な叫びを聞きました。

改めて「戦争はすぐにやめるべきであり、どのような理由があれ、正しい戦争などあり得ない」「ロシアの人よ、目を覚まして欲しい」と思わずにはいられないコンサートとなりました。

ささやき

理事長 黒澤功の
ふれ・あいエッセイ

「我々も今こそ
戦争の悲しみと
苦しさを考えよう」

8月15日、今年の終戦記念日は特別感慨深い1日となりました。何故かという、2月から始まったロシアのウクライナへの軍事侵攻です。今、日本人の約70～80%が実際の戦争を知らずに育っている世代です。私も終戦時は4才であり、かすかな記憶といえは旧中里村の我家上空を米軍の飛行機が飛んで行くのを見て、大人たちが「あれは高崎の観音様をめぐって行くのだ」と話しているのを覚えている程度です。今まで世界各地で起こった紛争にしても「他人事」のように感じていました。

しかし、今回のウクライナとロシアの戦争はまさに「他人事」ではありません。テレビでは毎日のように、ミサイルでアパートが攻撃される所や、一般の市民がその巻き添えになり、女性や高齢者や子供たちが次々とヨ

BISHIN 歳時記

7月

1金～7木

七夕かざり設置

各施設で七夕飾りを設置しました。家族の健康、新型コロナの終息、平和への願いなどたくさんの短冊が飾られました。



8月

16火

職員研修会にて

ウクライナ支援コンサート開催

於：黒沢病院7F 美心ホール
詳細はP15 NEWS&TOPICS



9月

10土

介護職員初任者研修開講

12月10日までの土日を利用して「介護職員初任者研修」の資格取得ができる講座を実施します。



schedule スケジュール

日曜ドック

・10月16日(日)
・11月20日(日)
・12月18日(日)

子宮がんは、子宮頸部にできる**子宮頸がん**と、子宮体部にできる**子宮体がん**に分類されます。
卵巣にできる**卵巣腫瘍**は、良性、境界型(低悪性)、悪性に分類されます。

子宮がん

子宮頸がん

子宮頸部は肉眼的に見える場所であり、検査もしやすく定期的に健診を受けることで、早期に発見しやすい予後の良いがんです。しかし、進行すると治療が難しいことから早期発見が極めて重要です。子宮頸がんの発生要因は性行為で感染するヒトパピローマウイルス（HPV）が関与しています。100種類以上あるHPVの中でも主に16型と18型の感染が重要です。16型、18型を含むHPVワクチンは、子宮頸がんの予防になり、初めての性行為前に接種することが望ましく、9歳から接種が可能です。

子宮頸がんの治療は、病期によって異なりますが、手術療法、放射線治療、化学療法などがあります。

子宮体がん

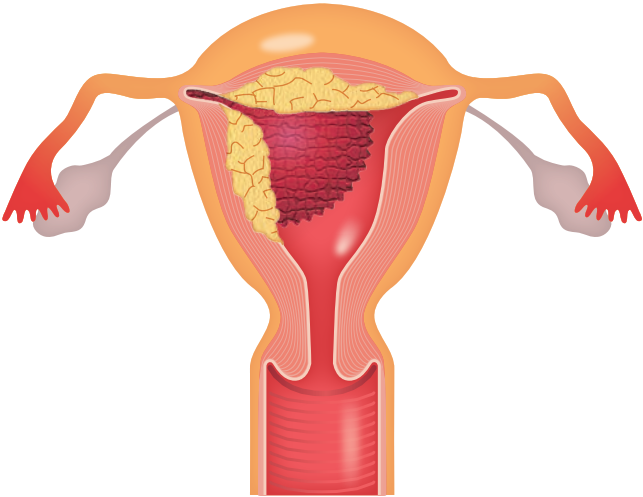
子宮内膜から発生するがんが子宮体がんです。子宮体部は肉眼では見えず、不正出血などの症状で婦人科を受診し

て検査をして診断がされることが多いです。検査も痛みと出血を伴うため、婦人科を受診しないまま進行がんが診断されることもあります。月経でない期間や閉経後に出血がある場合や、おりものに血が混ざるなどの症状があれば、早めに婦人科受診をすることをお勧めします。

子宮体がんの発生要因はエストロゲンという女性ホルモンの刺激が過剰、長期間続くことによって発生することがわかっています。その原因として、出産経験がないこと、閉経が遅いこと、肥満などがあげられます。また、エストロゲンとは関係のない子宮体がんもあり、その原因には糖尿病、遺伝によるものなどがあります。

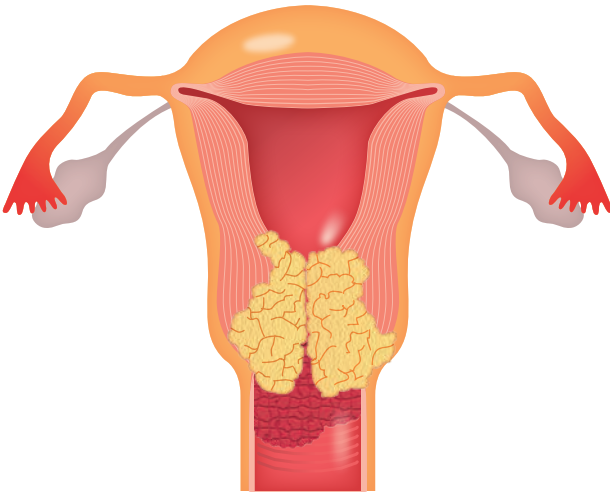
治療法は手術療法、放射線治療、化学療法などがあります。予防には禁煙、節度のある飲酒、バランスのよい食事などが効果的です。生活習慣病の予防が大切です。

子宮体がん



肉眼的に見えず、婦人科を受診しないまま進行がんが診断されることもあります。

子宮頸がん



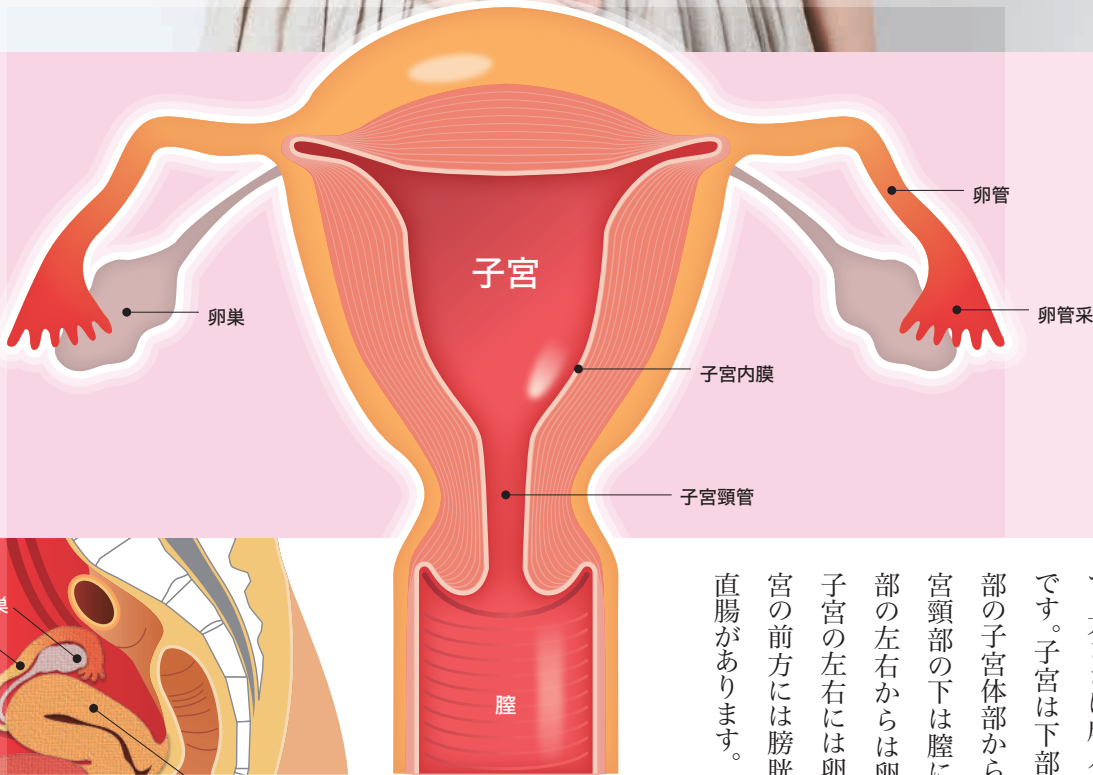
肉眼的に見える場所にあり検査もしやすく健診を定期的におこなうと、早期に発見しやすい。

婦人科の病気

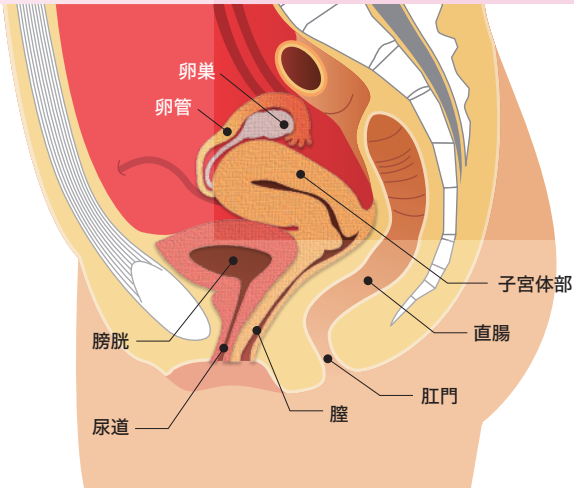
子宮がん、卵巣腫瘍について

当院婦人科健診で新しく採用した
経膈エコーの有効性

婦人科 部長 酒井 英明



子宮は女性の骨盤内にある臓器で、大きさは成人女性で鶏の卵程度です。子宮は下部の子宮頸部と、上部の子宮体部から成り立ちます。子宮頸部の下は膣につながり、子宮体部の左右からは卵管が出ています。子宮の左右には卵巣があります。子宮の前方には膀胱があり、後方には直腸があります。



卵巣腫瘍

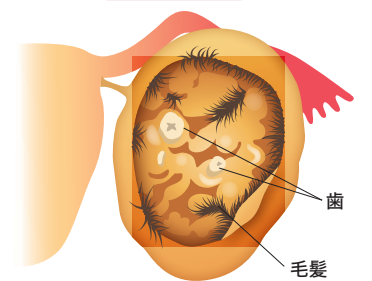
卵巣腫瘍は卵巣に発生する腫瘍で、良性、境界型（低悪性）、悪性に分類されます。ここでは主に悪性の卵巣がんについて説明します。卵巣がんは見つかった時にはかなり進行しており、他の臓器転移などを認め、わかりにくい図になってしまったため良性の卵巣腫瘍を下図に示します。

卵巣は骨盤内の深いところにあり、がんの初期の段階ではほとんど自覚症状がありません。そのため卵巣がんは、お腹がはる、ウエストがきつくなるなどの自覚症状が出て、婦人科を受診した時には、進行がんで発見されることが多いがんです。

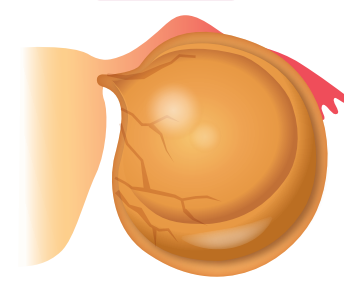
卵巣がんの発生要因は10%が遺伝的要因によると考えられています。遺伝的要因が関与するものは、卵巣がんと乳がんを発症するリスクが高いことがわかっています。

治療法は手術療法、放射線治療、化学療法などがあります。卵巣がんは進行がんで発見されることが多いですが、抗がん剤による化学療法が効きやすいがんですので、まず手術でがん組織をできる限り除去し、抗がん剤治療をおこなえば、延命効果はかなり期待できます。

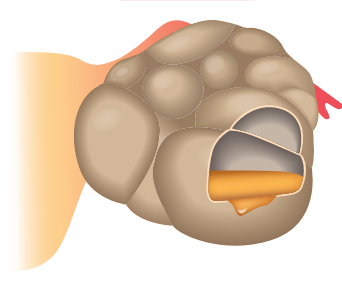
皮様嚢腫



漿液性



粘液性



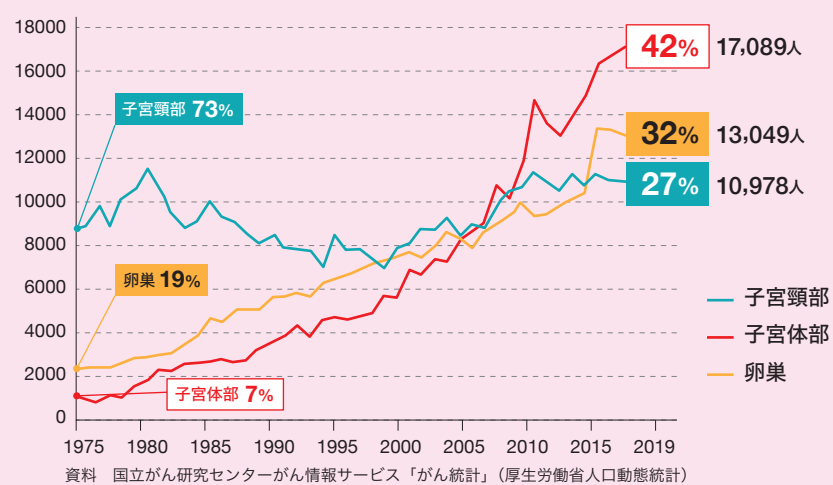
子宮頸がん、子宮体がん、卵巣がん 発生数の年次推移

40年前まで、7割を占めた子宮頸がんは、最近では27%となっています。その代わり子宮体がんの比率が大幅に増加し、子宮頸がんを追い越して婦人科がんの4割を占めています。卵巣がんも増加傾向にあり、子宮頸がんより多く32%です。このようになった原因としては、日本の衛生環境の改善、生活様式の欧米化などが挙げられます。

現状を考慮しますと、

子宮頸がんはもちろん大切ですが、子宮体がん、卵巣がんの早期発見の重要性が今後の課題になるということです。前にもお話ししましたが、子宮頸部は肉眼的に検査しやすく早期発見が比較的容易ですが、子宮体部、卵巣は目で見えないため診断が困難であると言えます。

そこで当院では、人間ドックの婦人科健診で経腔エコーを導入しました。



経腔エコー

経腔エコー検査

2022年4月より人間ドック、

婦人科健診で経腔エコー検査を導入

従来、人間ドックも含めた婦人科健診は、子宮頸がん検査と触診(内診)のみでした。今でもその様な健診方法をおこなっている施設が多いのが現状です。触診(内診)のみでは、子宮体がん、卵巣がんなどの病気を診断することはかなり難しいと言えます。しかし経腔エコー検査を併用し、子宮内膜や左右卵巣をチェックすることで、子宮体がん、卵巣がんの早期発見が可能になります。

経腔エコー検査の方法は、腔内にプローベという細い棒のようなものを挿入し、直接子宮や卵巣を観察するというものです。痛みや苦痛はほとんどなく、侵襲の少ない検査です。

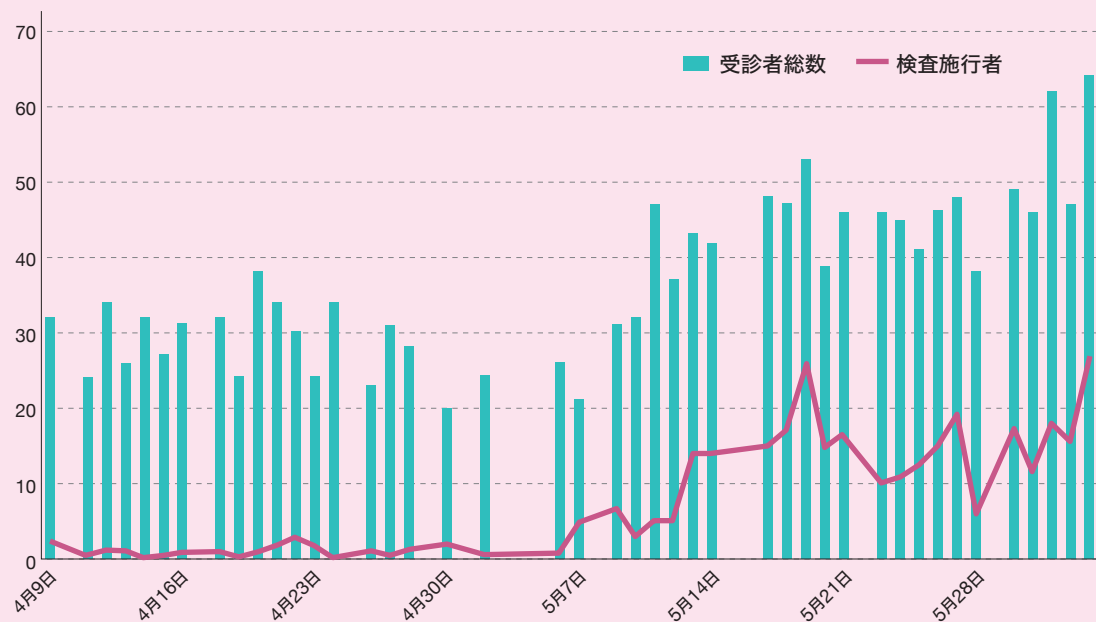
経腔エコー検査では、子宮体がん、卵巣腫瘍(卵巣がん)の他、子宮筋腫、子宮内膜増殖症、子宮内膜症、子宮内膜ポリープなどが診断可能です。稀にですが、月経不順で妊娠と気づかず健診を受診し、妊娠初期の画像が見えることがあります。



プローベ



エコー装置



2022年4月より当院人間ドック婦人科健診でこなつた経腔エコー検査施行者の推移グラフです

経腔エコー検査施行者の推移



【担当医プロフィール】

黒沢病院
婦人科 部長
酒井 英明
(さかい ひであき)

【出身大学】
佐賀医科大学医学部(昭和63年卒)

【指導医・専門医・認定医】
日本産科婦人科学会専門医
日本周産期・新生児学会暫定指導医
日本医師会認定産業医
母体保護法指定医

検査もおこなうようお勧めします。

婦人科健診を受ける際には経腔エコー

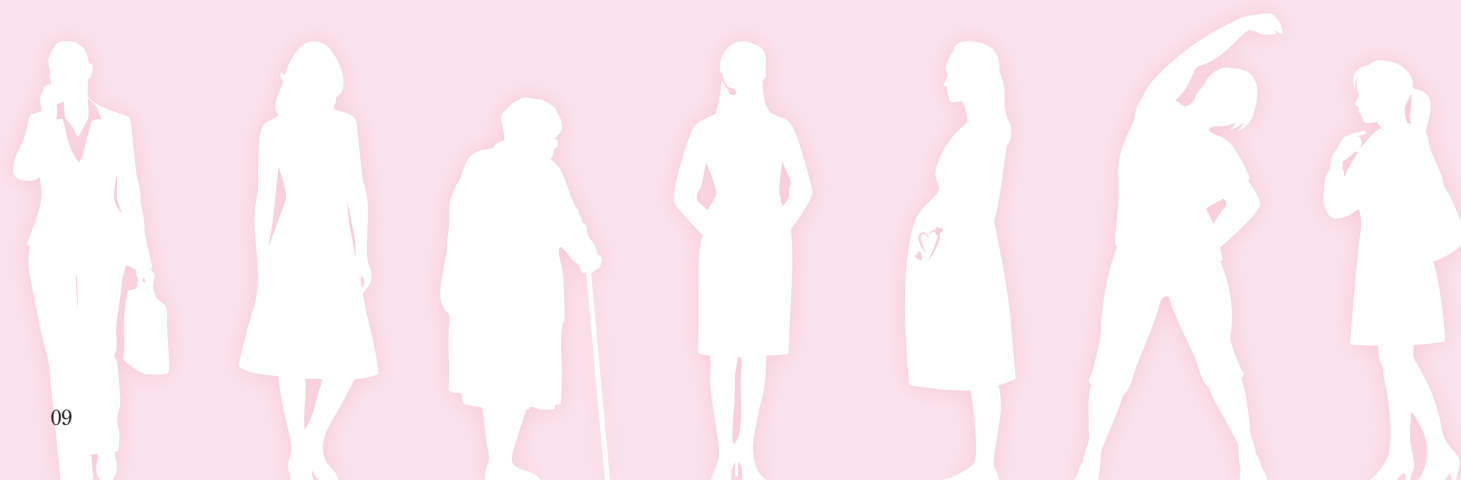
がんが増加傾向です。両者とも既に子宮頸がんの発症者数を上回っている状態です。経腔エコー検査は子宮体がん、卵巣がんの診断に有効な手段であります。今後は従来おこなわれてきた触診(内診)、子宮頸がん検査だけの婦人科健診ではなく、経腔エコー検査を併用した子宮体がん、卵巣がんも視野に入れた婦人科健診が望ましいと考えます。

まとめ

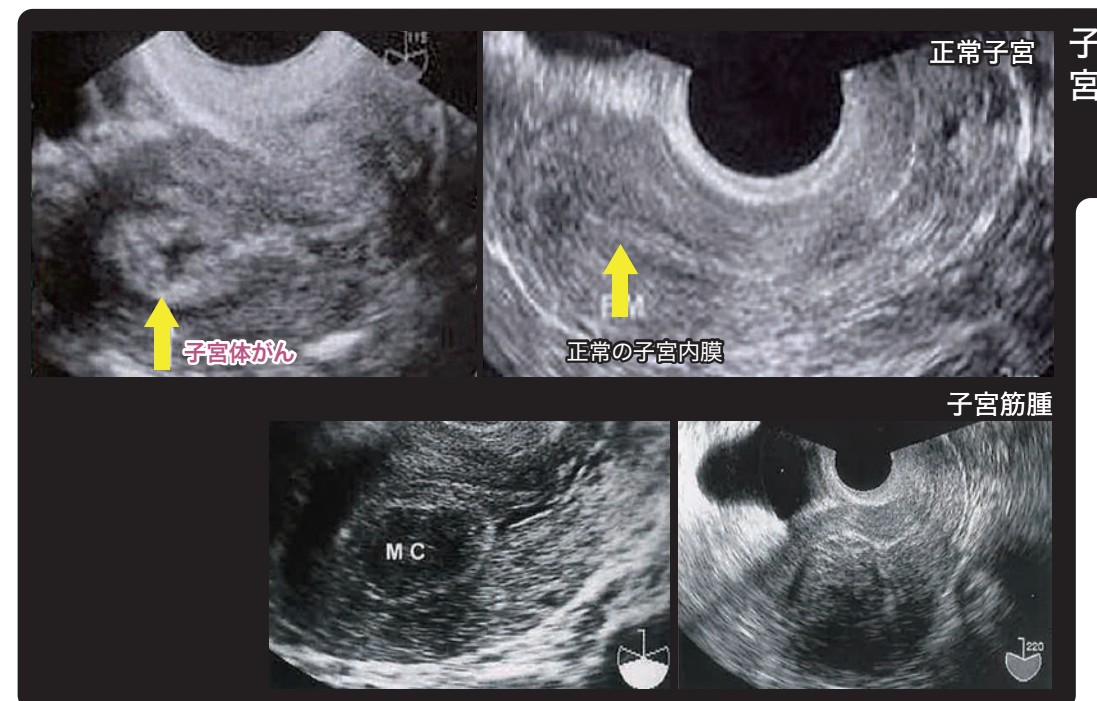
婦人科診療体制

	月	火	水	木	金	土
午 前	浅野目(12:00～)	岸(予約のみ)	—	浅野目(12:00～)	—	—
午 後	浅野目	岸	酒 井	浅野目	浅野目	岸(第1.3.5) 酒井(第2.4)

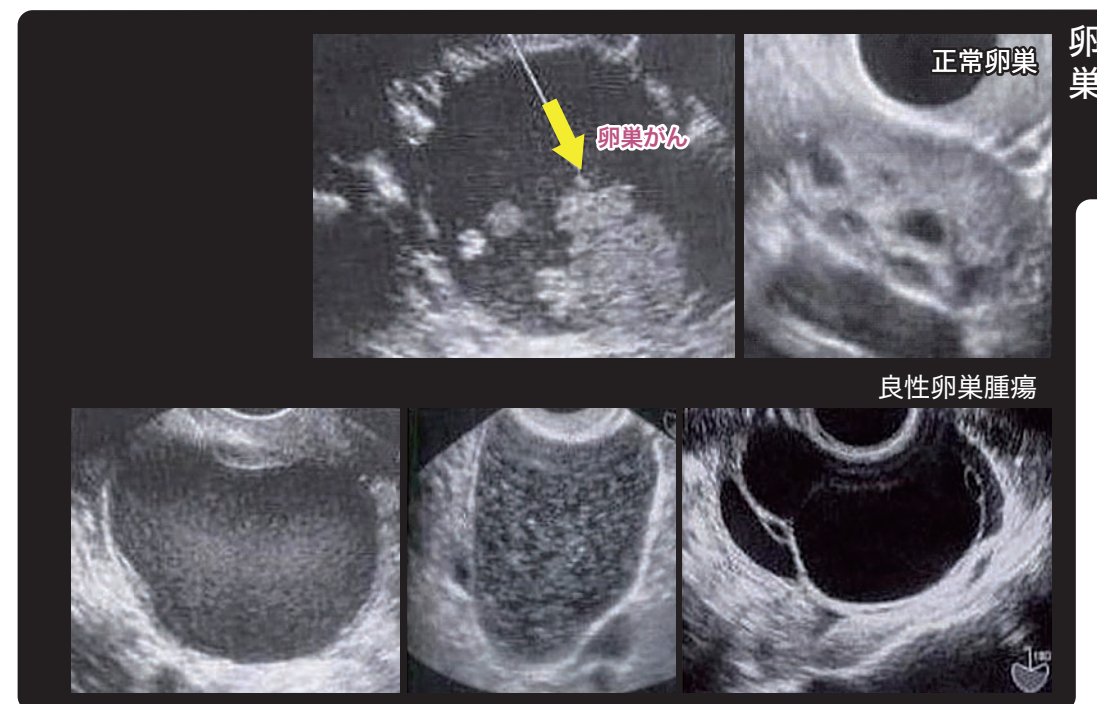
■受付時間:7:00～18:00 ■診療時間:9:00～13:00、15:00～18:00 ■休診日:日、祝日、年末年始



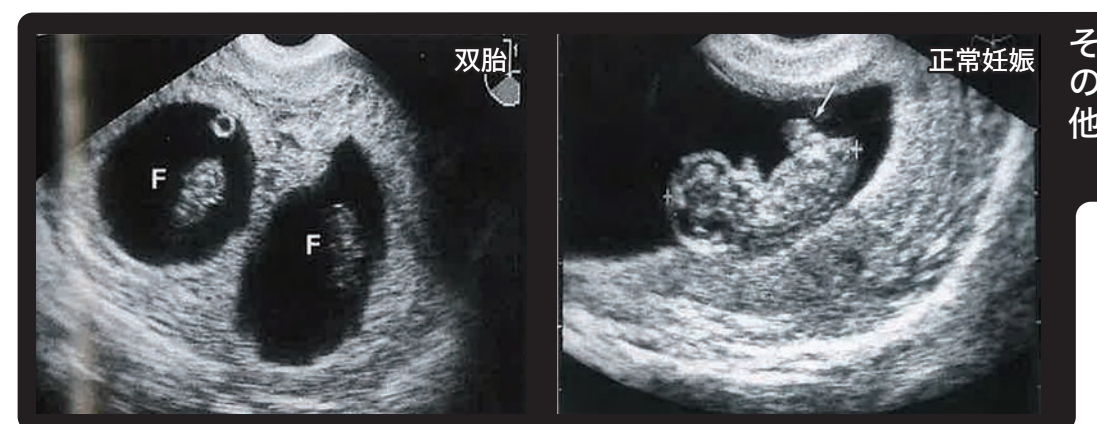
エコー画像



実際の経腔エコーの画像



卵巣



その他

POINT 2

最新設計で高精度なスポーツトレーニングを実現

「スキルライン」のマシンは、精度の高いスポーツトレーニングを実現できるよう最新の設計が施されています。外を走ったり、ボートを漕いだりと、まるで本当に競技をおこなっているかのような感覚を味わえるスキルラインのマシンを全種取り揃えております。

SKILL ROW

ボート競技を体感

水上でおこなうボート競技の動きを室内でもトレーニングできるように再現されたマシン。漕ぐ感覚・運動効果を実現させた、全身トレーニングが出来ます。



SKILL BIKE

まるで本物のロードバイク

上り坂・下り坂を完全再現することができ、室内環境でもアウトドアでサイクリングしているかのようなトレーニングが出来ます。



SKILL MILL

自走式高度トレーニング

自走式のため、自らの脚力によってマシンが動きます。抵抗の強さを調整することで、パワー、スピード、スタミナ、敏捷性のトレーニング効果を高められます。



SKILL RUN

ハイスピードジョグマシン

ハイスピードでのランニングや大きな上りや下りの勾配をつけたランニングが出来ます。大型ディスプレイを通して世界中のロードシーンからシミュレーショントレーニングも可能です。



<https://www.technogym.com/jp/skill-line-performance-equipment/> より

引用元: テクノジム-Technogym「Skill Line | スポーツパフォーマンストレーニングエクイップメント」

メディカルフィットネス&スパ ヴァレオプロ

マシン&浴室 オールリニューアル

より快適に! より楽しく!



メディカルフィットネス&スパ ヴァレオプロはジムエリアに設置しているすべてのマシンと浴室を7月にリニューアルいたしました。



最新フィットネスマシンの機能紹介

今回新しく導入したマシンは、フィットネス業界を牽引しているテクノジムジャパン株式会社の最新フィットネスマシンです。

テクノジムとは



イタリアに本社を構える、ヨーロッパ最大のフィットネスマシンメーカーです。最新鋭のフィットネスマシンを取り揃えており、オリンピックの選手村及び、FIFA南アフリカワールドカップで使用するトレーニングマシンのオフィシャルサプライヤーに選定された実績があります。

POINT 1

各マシンに大型ディスプレイ搭載

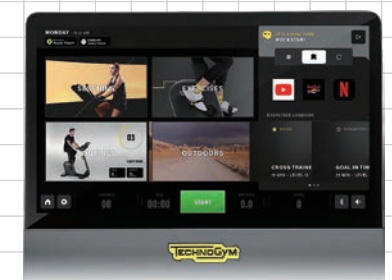
各マシンに搭載された大型ディスプレイはYouTubeやTV番組の視聴が可能となっており、楽しく運動に取り組んでいただけます。ご自身のアカウントと連動させれば、Netflixなどのサブスクリプションもご利用いただけます。

- ・YouTubeやTV番組の視聴が可能
- ・エクササイズ設定
- ・トレーニングガイダンス

Youtube

TV

NETFLIX



POINT 4

運動後は温泉でリフレッシュ

今回はマシンだけでなく、浴室もリニューアルしました。露天風呂は天然かけ流しで、赤城山が望めます。バスルームにはシルクバスがあり、超微細気泡により、絹(シルク)のように滑らか。真っ白なお風呂で美肌効果が期待でき、健康な状態を維持できます。



天然かけ流しの露天風呂



美肌効果のあるシルクバス

これまで以上に快適になった運動空間で楽しく運動を始めませんか？

ヴァレオプロでは今回ご紹介したマシンを使ったフィットネスだけでなく、メディカルフィットネスならではの血液検査や、管理栄養士による栄養相談、理学療法士によるリハビリ指導、健康運動指導士による運動指導をおこなっております。リハビリが必要・有効である場合には、痛みや動かしにくさの原因になっている動作や、姿勢の改善を図るための筋肉強化・ストレッチ動作指導、自主トレーニング指導などをおこないます。

またスタジオでは音楽に合わせたアクティブな運動(エアロビクスなど)から、リラクゼーション(ヨガ・ピラティス)、コンディショニング(膝・腰・肩すっきり体操など)まで充実した運動プログラムを用意しています。

お問い合わせ・ご契約はValeoProまで

TEL.027-350-1177

新型コロナウイルスの感染拡大状況により、今回ご紹介しているサービスや営業時間については随時変更が生じる場合があります。最新情報はお電話にてお問合せいただくか、ホームページをご覧ください。

➡ <https://valeopro.jp/>

ヴァレオプロ

検索



営業時間・施設案内

営業日	月曜日～日曜日	
	休館日: 第1、第3金曜日・年末年始・保守点検日(年3回)・他	
営業時間	月～金	9:25～22:30
	土	9:25～21:00
	日・祝	9:25～19:00

ACCESS MAP



POINT 3

ウェルネスシステムを導入

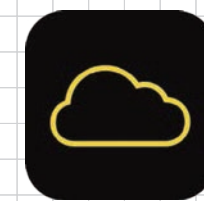
ヴァレオプロでは、会員さま一人ひとりの目的に沿ったトレーニングプログラムを作成しています。そのプログラムを有効活用できるのが「ウェルネスシステム」です。

トレーニング記録の自動保存

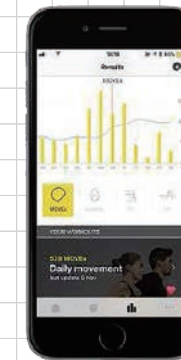
各マシンでおこなった運動データをクラウド上に記録

血圧などの記録はもちろん、どのマシンで何キロの負荷で、何回、何セットの運動をおこなったかをクラウドに記録することが出来ます。記録はスマートフォンの無料アプリから簡単に確認できるため、血液検査データや、体組成データなどを時系列的に確認することが可能です。自身の運動成果を一目で確認することができるため、モチベーションアップや日々の健康管理に役立ちます。

【トレーニングを見える化】



指定のアプリの登録



記録したデータを
スマホで簡単確認!!

バイオデータ
(血圧・脈拍など)

施設内の
運動記録

施設外の
運動記録



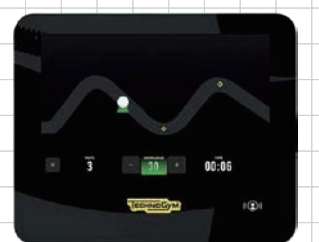
自分専用に自動調整

ウェルネスバンドをマシンにかざすだけで各個人に合った負荷や回数、各マシンに合ったスピードや可動域を画面に表示

マシンに「ウェルネスバンド」をかざすと、一人ひとりに合わせた、負荷・回数・セット数が表示されるので、誰でも自分に合った運動を簡単におこなえます。また理想的なトレーニングスピードも表示されるので、マシントレーニングが初めての方、不慣れな方でも安心して始められます。



負荷・回数



スピード・可動域

誰でも簡単に理想の運動を実現可能!!

1 ぐんまマラソン出場

11月3日(文化の日)に開催される第32回ぐんまマラソンに、黒澤功理事長をはじめとする美心会グループ職員およびValeoPro会員さま(総勢120名)が参加します。

当日はぜひ応援をお願いいたします。今後も美心会では地域の皆さまの健康に対する意識の向上と、健康長寿を願って地域のスポーツ振興活動などに協力してまいります。

BISHIN
NEWS
&
TOPICS
ニュース&トピックス

1 職員研修会にて ウクライナ支援コンサート開催

ロシアの侵攻を受けるウクライナを支援するという意味を含め、ウクライナの民族楽器「バンドウーラ」奏者のカテリーナさんによる演奏会を職員研修会にて開催しました。趣のあるバンドウーラの音色とカテリーナさんの透き通った歌声、そして情感のこもった演奏から故郷への想いが伝わりました。ウクライナの現状について生の訴えを聞き、今もなお続いている戦争について理解を深める機会となりました。



2 市と協力して新型コロナウイルス ワクチン接種(臨時会場)を実施

高崎市から依頼を受けて、予約不要の新型コロナウイルスワクチン接種を実施しました。

当院の医師・薬剤師・看護師・保健師・事務職員が1日でも早く、1人でも多くの人が接種できるよう取り組み、8月上旬の期間に1213人、8月下旬の期間には574人に接種をおこないました。

- ・臨時会場：高崎駅西口の高崎オーバ前2階ペデストリアンデッキ
- ・期間：8月3日(水)～8月12日(金)・8月26日(金)～9月4日(日)



黒澤理事長(中央左)と高崎市副市長(中央右)

最新の話題 & ビシンからのお知らせ



サービス付き高齢者向け住宅 ラ・ヴィオラ中居 増築 リニューアル



この度、個室と2人部屋の増築と共に、食堂談話スペースを広々とした快適な空間にリニューアルいたしました。

お部屋は高級感のある落ち着いた造りになっており、トイレ、洗面台、流し台なども室内に完備しています。



自分の時間・空間を大切にしたい。

でも1人で生活するのは不安がある...という方へ。

24時間365日、入居者さまの緊急時にも適切な対応ができるよう万全の体制を整えています。

ラ・ヴィオラ中居は施設面の基準(バリアフリーなど)と、見守りサービス(安否確認・生活相談など)の基準を満たし、公的認定を受けたサービス付き高齢者向け住宅です。ヘルパーステーションを併設しており、施設内には24時間スタッフを配備しています。黒沢病院をはじめとする医療機関、介護施設との連携により、安心・安全な生活環境をご提供しております。



ラ・ヴィオラ中居の生活環境

お買い物に便利な立地

閑静な住宅地に立地していますが、周辺には飲食店、書店、コンビニ、スーパー、ドラッグストアなどがあり、お買い物場所も充実しています。



配食の希望があれば食事の提供あり

配食を希望される方には黒沢病院の管理栄養士が献立を作成し、毎食できたてのお食事を提供しています。



季節のイベントが充実

近隣の商業施設や美術館への外出、餅つきや節分、クリスマスパーティーなどのイベントも充実しています。



入居者募集中・見学随時対応しております

お問い合わせ

サービス付き高齢者向け住宅 ラ・ヴィオラ中居 TEL.027-352-8855



まるで旅先のホテルに宿泊しているかのような優雅で落ち着いた空間をご提供します。

高崎健康管理センター

【回答】

高崎健康管理センターでは、病院と感ぜさせない空間、ホテルに行く感覚で気軽に受診いただきたいという思いのもと開設以来、ホテル同様に「お客様」とお呼びしています。病院には行きたくないという方にも気軽に検査を受け、早期発見・早期治療に繋がっていただきたいという思いでおこなっておりますので、ご理解いただけますと幸いです。

「お客様」と呼ばれることにあまり良い気持ちがありません。「○○の方」でよるしいのではないのでしょうか。私たちは「客」という意識はありません。

黒沢病院

【回答】

オンライン面会の電波が悪かったのか、会話が途切れ途切れになってしまった。改善してほしい。

「不便をおかけしてしまい申し訳ございませんでした。院内の通信状況やアプリの利用状況を確認・検討し、タブレット端末を新しいものに入れ替えました。」

「オンライン面会のご案内」

1階面会室に来院されたご家族さまと、病室の患者さんがタブレット端末を使用して面会が可能です。予約制となりますので、ご利用を希望される方は黒沢病院窓口までご連絡ください。



みなさまの
声

みなさまからお寄せいただいたご意見とその回答を掲載しております。

特別養護老人ホーム シェステさとの花

良質な福祉サービスによる「心安らぐ生活の提供」の実現

シェステさとの花の特養では、介護度が高く自宅での生活が難しい方でも、専門スタッフの介護を受けながら、安心してその人らしい生活を楽しんでいただけます。

▶サービスの特徴

1

看護師/介護福祉士/社会福祉士/理学療法士/歯科衛生士/管理栄養士/介護支援専門員などの専門職が数多く在籍し、連携して皆さまの生活をサポートします。

2

365日1日3食バイキング形式でお食事を提供しています。旬の食材を取り入れた日々の食事はもちろん、季節行事、誕生日御膳など特別の日の食事も大人気です。

3

黒沢病院から定期的に医師が往診し、いつでも相談できます。看取りケアもおこなっています。



4人部屋です。障子で区切れられプライベートな空間が保たれています



車椅子の方でも、大きな風呂にリフトを使って安全に入ることができます



外出のお手伝いもいたします

▶入居条件

要介護3～5の方

40歳～64歳で特定疾病が認められた要介護3以上の方

特例により入居が認められた要介護1～2の方

▶入居費用：30日あたり

要介護4、介護保険1割負担の方 約9万9千円

要介護4、介護保険1割負担、限度額認定3の方 約5万7千円

要介護4、介護保険1割負担、限度額認定2の方 約4万9千円

入居定員は
50名

みなさまのご意見ご要望をお聞かせください。

お問い合わせ 特別養護老人ホーム シェステさとの花

〒370-0867 高崎市乗附町208
TEL.027-321-2000



公共交通機関時刻表

【有料】

ぐるりん時刻表 (有料:大人200円 小学生以下100円)

送迎車運行時間以外は、高崎市循環バス「ぐるりん」をご利用ください。

(ぐるりん 令和4年4月改定)

高崎駅→黒沢病院方面 (群馬の森線)中居団地先回り⑩

高崎駅東口 (発)	→	中居小学校南 (発)	→	ヘルスパーク前 (着)
8:05		8:15		8:21
9:20		9:30		9:36
10:50		11:00		11:06
12:40		12:50		12:56
14:10		14:20		14:26
16:00		16:10		16:16
17:35		17:45		17:51
19:15		19:25		19:31
20:35		20:45		20:51

※ 部分は月～金曜日の運行【土日祝日は運休】です。

黒沢病院→高崎駅方面 (群馬の森線)健大先回り⑨

ヘルスパーク前 (発)	→	中居小学校南 (発)	→	高崎駅東口 (着)
6:55		7:00		7:15
8:23		8:29		8:48
10:27		10:32		10:48
11:57		12:02		12:18
13:47		13:52		14:08
15:12		15:17		15:33
16:32		16:37		16:53
18:07		18:12		18:28
19:37		19:42		19:58



ぐるりん停留所	行き	帰り
高崎駅からのぐるりんバス乗り場は、東口・群馬の森線・10番 (中居団地先回り)です。		
・老健くろさわから高崎駅行き:柴田コーボ前 (バス停名:「中居小学校南」)		
・ヘルスパーク、黒沢病院から高崎駅行き:矢中小学校前 (バス停名:「ヘルスパーククリニック前」)		

※「ヘルスパーククリニック前」「中居小学校南」「老健くろさわ」ともに、高崎駅方面に向う場合は道路を渡った南側のバス停から乗車ください。

たまりん(玉村町乗合タクシー)時刻表 (有料:大人200円 小学生以下100円)

1便は土日祝日は運休します。 年末年始(12/29～1/3)は全便運休します。

(たまりん 令和4年4月改定)

	1便 (土日祝日は運休)	2便	3便	4便
1 交通広場	7:45	9:50	12:45	15:45
2 玉村町役場	7:50	9:55	12:50	15:50
3 道の駅玉村宿	↓	10:00	12:55	15:55
4 高崎松風園 森の木クリニック	↓	10:03	12:58	15:58
5 昭和病院	↓	10:07	13:02	16:02
6 高崎高等特別支援学校	8:08	↓	↓	16:08
7 アビタ高崎店前	8:11	10:14	13:09	16:11
8 黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック	8:18	10:20	13:15	16:17
7 アビタ高崎店前	8:19	10:21	13:16	16:18
5 昭和病院	↓	10:31	13:26	↓
4 高崎松風園 森の木クリニック	↓	10:32	13:27	↓
3 道の駅玉村宿	↓	10:37	13:32	16:25
2 玉村町役場	8:32	10:42	13:37	16:30
1 交通広場	8:40	10:50	13:45	16:40



たまりん停留所	行き・帰り
ヘルスパーククリニック敷地内 西側玄関(緑の屋根の入口)付近	

Editor's Postscript

編集後記

まだまだ新型コロナは終息の兆しが見えませんが、少しずつ地域の行事や活動が再開されてきました。そんな中、われら美心会も昨年に続き、11/3「ぐんまマラソン」出場に向けて多くの職員が準備中です。今年は気分も見たい目一新!オリジナル・ユニフォームを全面リニューアルします。応援よろしくをお願いします。(吉)



ご意見・ご感想お待ちしております

ご意見・ご感想は、下記メールアドレスへお願いいたします!

➡ bishin@bishinkai.or.jp

美心会送迎車時刻表

(介護付有料老人ホーム「カーサ・デ・ヴェルデ黒沢」オープンに伴い、
停車時刻を一部変更いたしました。)

(2018年9月3日～)

■当送迎車は無料にてご利用いただけます。 ■日曜・祝日・年末年始(12/31～1/3)は運休です。 ■乗車の際、行先を運転手にお伝えください。

黒沢病院 → 高崎駅東口 (送迎車循環マップ参照)

高崎駅東口 → 黒沢病院

カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ 黒沢病院	⇒ ヘルスパーク	⇒ 老健くろさわ	⇒ ラ・ヴィオラ 中居	⇒ セブンイレブン	⇒ (到着) 高崎駅東口	⇒ (出発) 高崎駅東口	⇒ 靴のシューマート	⇒ ラ・ヴィオラ 中居	⇒ 老健くろさわ	⇒ 黒沢病院
9:00	9:02	9:06	9:12	9:16	9:21	9:26	9:30	9:36	9:41	9:45	9:50
10:00	10:02	10:06	10:12	10:16	10:21	10:26	10:30	10:36	10:41	10:45	10:50
11:00	11:02	11:06	11:12	11:16	11:21	11:26	11:30	11:36	11:41	11:45	11:50
12:00	12:02	12:06	12:12	12:16	—	12:26	12:30	12:36	12:41	12:45	12:50
13:00	13:02	13:06	13:12	13:16	13:21	13:26	13:30	13:36	13:41	13:45	13:50
14:00	14:02	14:06	14:12	14:16	14:21	14:26	14:30	14:36	14:41	14:45	14:50
15:00	15:02	15:06	15:12	15:16	15:21	15:26	15:30	15:36	15:41	15:45	15:50

※1 セブンイレブンは「高崎上中居町店」に停車いたします。 ※2 靴のシューマートは「高崎上中居店」に停車いたします。

※3 「高崎駅」「乗附」コースは黒沢病院到着となっていますがヘルスパーククリニック、カーサ・デ・ヴェルデ黒沢も経由して停車できます。

中居団地先回り (送迎車循環マップ参照)

※4 フレッセイは「南大類店」に停車いたします。

カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ ヘルスパーク	⇒ 中居町2丁目	⇒ 中居団地 75-17棟前	⇒ 道林児童公園	⇒ フレッセイ	⇒ 美容院 スーパーレディ前	⇒ ラ・ヴィオラ 中居	⇒ 老健くろさわ	⇒ カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ ヘルスパーク
—	8:32	8:35	8:37	8:39	—	8:41	8:43	8:46	8:50	8:52
10:30	10:32	10:35	10:37	10:39	10:43	10:46	10:48	10:51	10:55	10:57
12:30	12:32	12:35	12:37	12:39	12:43	12:46	12:48	12:51	12:55	12:57
14:30	14:32	14:35	14:37	14:39	14:43	14:46	14:48	14:51	14:55	14:57
16:30	16:32	16:35	16:37	16:39	16:43	16:46	16:48	16:51	16:55	16:57

老健先回り (送迎車循環マップ参照)

カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ ヘルスパーク	⇒ 老健くろさわ	⇒ ラ・ヴィオラ 中居	⇒ 美容院 スーパーレディ前	⇒ フレッセイ	⇒ 道林児童公園	⇒ 中居団地 75-17棟前	⇒ 中居町2丁目	⇒ ヘルスパーク
9:30	9:32	9:36	9:39	9:41	9:44	9:49	9:51	9:52	9:55
11:30	11:32	11:36	11:39	11:41	11:44	11:49	11:51	11:52	11:55
15:30	15:32	15:36	15:39	15:41	15:43	15:49	15:51	15:52	15:55

カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ 黒沢病院	⇒ ヘルスパーク	⇒ 老健くろさわ	⇒ 高崎駅西口	⇒ シェステ さとの花	⇒ 市役所前	⇒ 高崎駅西口	⇒ 老健くろさわ	⇒ 黒沢病院
10:00	10:02	10:06	10:12						
—	—	—	乗換 10:15	—	10:35	10:45	10:48	11:00	(11:05)
14:00	14:02	14:06	14:12						
—	—	—	乗換 14:15	14:30	14:40	14:50	14:53	15:05	(15:10)

※8 高崎駅西口は「高崎南小(さとの花行)」「アーバンホテル(病院行)」前での乗降となります(ロータリーは通りません)

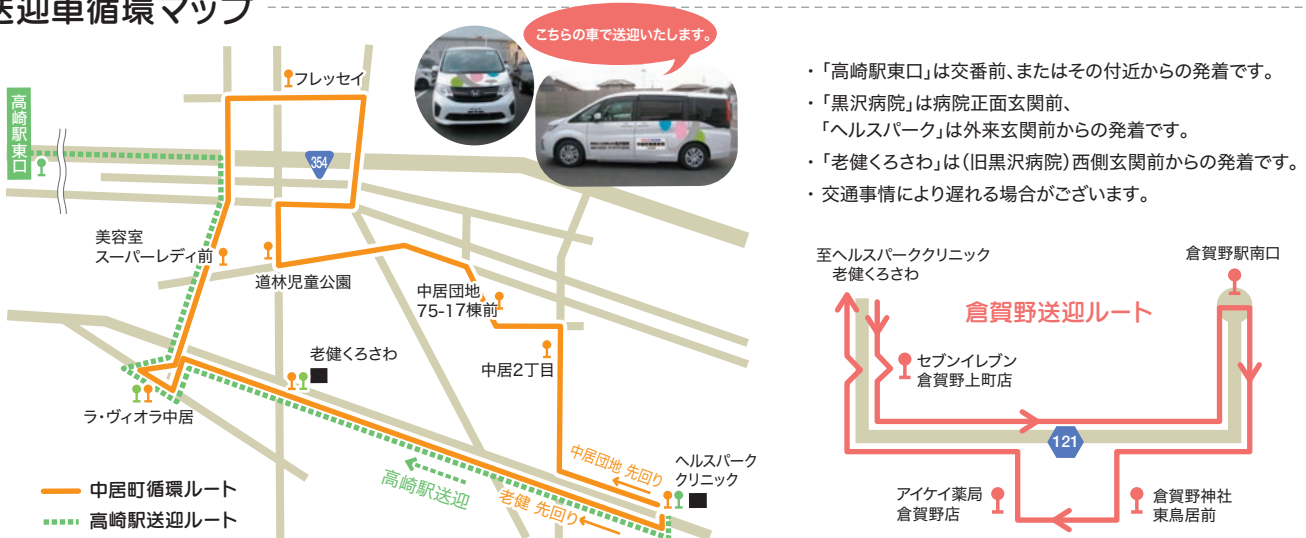
※送老健くろさわ始発・終着となります。 ※病院、ヘルスパーク、カーサ・デ・ヴェルデからさとの花方面へ利用される方は一旦、駅送迎に乗りし「老健くろさわ」でお乗り換えください。

カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ ヘルスパーク	⇒ セブンイレブン	⇒ 倉賀野駅南口	⇒ 倉賀野神社	⇒ アイケイ薬局	⇒ セブンイレブン	⇒ カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ ヘルスパーク
8:50	8:52	8:58	9:04	9:08	9:10	9:14	9:20	9:22
10:55	10:57	11:03	11:09	11:13	11:15	11:19	11:25	11:27
12:55	12:57	13:03	13:09	13:13	13:15	13:19	13:25	13:27
14:55	14:57	15:03	15:09	15:13	15:15	15:19	15:25	15:27

※5 セブンイレブンは「高崎倉賀野町上町店」に停車いたします。 ※6 倉賀野神社は「東鳥居(公衆電話ボックス)前」に停車いたします。 ※7 アイケイ薬局は「倉賀野店」に停車いたします。

交通事情により遅れる場合がございます。

送迎車循環マップ





医療法人 社団美心会 黒沢病院附属

ヘルスパーククリニック 医師外来予定表

受付時間 7:00～18:00

診療時間 9:00～13:00・15:00～18:00

Tel.027-352-1111

2022年10月1日(土)～

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
泌尿器科	午前	黒澤・伊藤・大木	曲 古谷/馬場	黒澤・小倉・大木	小倉 馬場	伊藤・曲・古谷	伊藤 小倉/曲
	午後	小倉 【排尿機能】曲 予約制	曲	伊藤 古谷	小倉	曲	古谷/大木
脳神経外科 (脳卒中)	午前	中島	中島	大森	中島	中島	小倉文
	午後	大森	武山	脳神経外科医師	塚越	脳神経外科医師	脳神経外科医師
外科	午前	田口(11:00まで) 平木	平木 【呼吸器】永島(10:00まで) 第1.3.5 【呼吸器】成澤(10:00まで) 第2.4	尾澤(11:00まで) 第1.3.5	—	田口(11:00まで) 尾澤 【血管】出津(10:30まで) 第2.4	平木
	午後	平木	尾澤	平木 第2.4	平木・尾澤	尾澤 第2.4.5	平木
内科	午前	高橋徹 松本 矢島 予約制	浅香 山岸 井上	高橋徹・太田 錦戸(第1のみ11:30まで) 矢島 予約制	【循環器】佐藤裕 太田 白川(11:30まで) 阿部	山岸 松本 町田 予約制 【循環器】高橋(11:00まで)	【循環器】佐藤裕 松本 内科医師 【睡眠時】前野 第2
	午後	山岸 【一般・睡眠時】町田 矢島 予約制	【循環器】佐藤裕 松本・太田 矢島	高橋徹・町田 【肝臓】堀口 矢島 予約制	山岸 矢島	高橋徹 上野	【循環器】佐藤裕 松本・浅香(17:00まで) 齋藤
乳腺外科	午前	—	尾澤	—	菊地(10:30まで)	—	—
	午後	—	遠藤敬 予約制	—	—	尾澤 第1.3	尾澤
形成外科	午前	—	(11:30まで) 正田 第1.4.5 櫻井 第2 長谷川 第3	牧口 第4	—	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
整形外科	午前	—	岡 邨	—	松 尾	—	米本 第1.3.5 岡邨 第2.4
	午後	—	須藤	—	松 尾	—	整形外科医師
皮膚科	午前	井上(11:00まで) 予約制	—	—	金(11:00まで) 予約制	—	—
	午後	—	—	【美容皮膚科】遠藤 予約制	—	—	—
婦人科	午前	浅野目(12:00から)	岸 予約制	—	浅野目(12:00から)	—	—
	午後	浅野目	岸	酒 井	浅野目	浅野目	岸 第1.3.5 酒井 第2.4
歯 科 歯科口腔外科	午前	小林充 佐藤	河 内	小林充・河内 代田 第2	小林充 蔵 葉	河内・齋藤 【インプラント】重原 第4	小林充 田 中
	午後	小林充 佐藤	河内(16:00～18:00)	小林充 代田 第2	小林充 手術日	齋藤 【インプラント】重原 第4	小林充 田 中
内視鏡	午前胃	小林・太田・上野 蔵屋敷・小川・浅香 内視鏡医師	小林・太田・新井 坂本・岩松・栗林 内視鏡医師	小林・堀口・蔵屋敷 三浦・金山・浅香 黒岩	小林・上野・山崎 岩松・戸島・橋本 内視鏡医師	小林・太田・浅香 上野・綿貫 内視鏡医師	小 林 浅 香 内視鏡医師(5名)
	午後・ESD	太田・上野	—	—	太田・上野	—	—
	午後・大腸	小 林	小林・上野	太田・浅香(17:30まで)	小 林	小林・太田	川手・内視鏡医師

※/はどちらかの医師です・は複数名の医師が診察担当です。 ※学会・緊急手術等で診察時間・予定が変更になる場合があります。申し訳ございませんがご了承願います。

※当院では外来診療待ち時間短縮の為、予約診療を導入しております。ご利用下さい。 ※時間外・休日の救急対応については、黒沢病院でござっております。 Tel.027-352-1166

専門外来

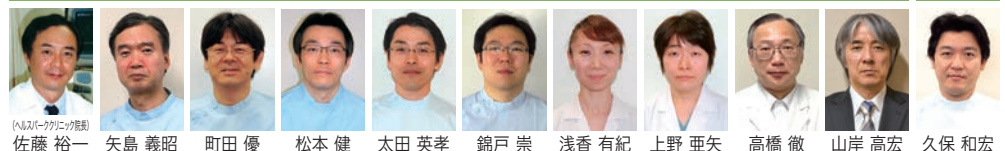
循環器外来	佐藤裕・山岸・高橋徹
糖尿病外来	白川・井上
乳腺外来	尾澤・遠藤敬・菊地
肝臓外来	堀口・阿部
消化器内科	太田
呼吸器外科	永島・成澤
無呼吸外来	町田・松本・前野
禁煙外来	黒澤・町田・松本
整形・リウマチ科	米本・岡邨・須藤
セカンドオピニオン外来	伊藤・古谷
男性更年期障害	黒澤
排尿機能障害	曲
インプラント	重原

泌尿器科



外 科

内 科



麻酔科

脳神経外科



婦人科

歯科・歯科口腔外科

医療法人 社団美心会 黒沢病院 〒370-1203 高崎市矢中町187 Tel:027-352-1166

医療法人 社団美心会 黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック 〒370-1203 高崎市矢中町188 Tel:027-352-1111

当院では個人情報保護法の施行に伴い、ご利用者さまの個人情報については、利用目的を明示し、その取り扱いには万全の体制で取り組んでおります。

2022年10月1日 発行：医療法人 社団美心会 編集：情報誌編集委員会